

ميزانية كوباك حويليم

تقليصها بـ ٥٠ بالمائة حتى نهاية عام ١٩٧٦

تكليف المواطن بدفع ثمن الادوية لكبح الاسراف في استعمالها

تل ابيب - أعلن السيداتير يديك المدير العام لمركز كوباك حويليم ان ميزانية تطوير كوباك حويليم العامة ستقلص بنسبة ٥٠ بالمائة حتى نهاية عام ١٩٧٦ . وقال ان هذا التقليص يشمل بناء مستشفيات جديدة وتوسيع اجنحة جديدة في مستشفيات قائمة وفي عيادات طبية ما دام لم يبدأ العمل في اي من هذه المشاريع . وقال ان كل ساعة ملاقة في المستشفيات التابعة لكوباك حويليم سيؤدي استهلاك الادوية الى دفع ثمنها في حدود ١٠٠ ليرة . كما قررت مؤسسة كوباك حويليم تقليص احتياطي الادوية الموجودة في عياداتها ومستشفياتها وان تحفظ في المخازن التابعة لهذه العيادات والمستشفيات على ادوية من الكمية المخصصة من الادوية المطلوبة . وقال ان سيجري الاسراع في اعداد عملية دفع ثمن الادوية من قبل المواطنين وذلك من اجل كبح استعمال الادوية بصورة مبالغ فيها في استعمال جانب بسيط من قلة المواطنين من قبل كوباك حويليم وعماله الجزيء الاخر او اقله بسبب كونه خائفا من الحاجة .

بعثة عن رايح تنوجه الى رومانيا

مطار بن غوريون - غتم - غادرت البلاد صباح امس بعثة من القاعة الشعبية الجديدة مراكح تنوجه الى رومانيا لزيارة رئيس الوزراء الروماني ووزير الخارجية وعضو الكابينة السياسية لبحث موضوعات تتعلق بالحدود المشتركة بين البلدين .

مطار بن غوريون - غتم - غادرت البلاد صباح امس بعثة من القاعة الشعبية الجديدة مراكح تنوجه الى رومانيا لزيارة رئيس الوزراء الروماني ووزير الخارجية وعضو الكابينة السياسية لبحث موضوعات تتعلق بالحدود المشتركة بين البلدين .

امنون لين : على حكومة اسرائيل

تشجيع العناصر العربية الايجابية في الدولة

حيفا - من شقيق منصور - صرح عضو الكنيست السيد امنون لين بان قرارات مؤتمر الرباط وما اعقبها من قرارات اخرى اتخذتها الامم المتحدة لصالح القضية الفلسطينية ستؤدي الى تقوية كلمة المتطرفين من عرب اسرائيل والمنطق للمباراة . وأضاف انه لن يعمل الرغم من وجود بعض العناصر ايجابية في الضفة الا ان هذه العناصر لا تستطيع ان تتجاهل بارائها واكوارها خوفا من انتقام العناصر السلبية .

وقال السيد لين الذي كان يتحدث اس في حيفا ردا على تصريحات رئيس شمولي خوليدانو مستشار رئيس الحكومة للشؤون العربية والتي نشرت في صحيفة معاريف غداية - يوم الجمعة الماضي قال في حال اقامة دولة فلسطينية في الضفة الغربية من الاردن وقطاع غزة فهناك احتمالات بان تقوم بعض العناصر المتطرفة من عرب اسرائيل في القدس والجليل وكسرو في ضم مناطقهم الى هذه الدولة . وأضاف انه هذه الاحتمالات هي التي تجعل الحكومة من ثني سياستها تجاه عرب اسرائيل وعرب المناطق على اساس مبدئي جديدين وهما تشجيع العناصر ايجابية التي تعمل مع الدولة سنوت طويلة عاديا ومتعينا .

وقال السيد لين ان مجرد وجود ٤٠٠ مواطن من عرب اسرائيل اتهما بالعمل مع المنظمات والتجسس لصالح الدول العربية ، وعدم استصدار تصاريحهم يلزم اطلاق الفلتات الكفيلة لردع العناصر المتطرفة ومنها من بث سمومها في وسائط المواطنين .

وقال السيد لين ان مجرد وجود ٤٠٠ مواطن من عرب اسرائيل اتهما بالعمل مع المنظمات والتجسس لصالح الدول العربية ، وعدم استصدار تصاريحهم يلزم اطلاق الفلتات الكفيلة لردع العناصر المتطرفة ومنها من بث سمومها في وسائط المواطنين .

تغييرات في الاعفاء من ضريبة السفر

تقرر لها لجنة المالية التابعة للكنيست

قوت لجنة المالية التابعة للكنيست لغاء الاعفاء من ضريبة السفر بالنسبة لاصناف مختلفة من الاشخاص الذين كانوا يتمتعون به حتى الان بينما ابقى اللجنة الاعفاء من الضريبة بالنسبة لاصناف معينة .

وبموجب قرار اللجنة فقد التيسر جميع التزييلات في ضريبة السفر التي كانت تطبق في الماضي لاصناف معينة من الاشخاص الذين يسافرون الى الخارج لاكمال تعليمهم هنا . كما ابقى الاعفاء من الضريبة بالنسبة للمعلمين وكلاء السفر الذين يسافرون في فلسطين سفر كاملة .

وقد قررت اللجنة زيادة ضريبة السفر التي يدفعها مستخدمو شركة الطيران الاسرائيلية (المعالم) من ١٢٠ ليرة الى ٢٧٠ ليرة (بدل ٧٥٠ ليرة التي يدفعها مسافر اعتيادي) وكذلك ٣ بالمائة من سعر تذكرة السفر بدلا من ٢ بالمائة .

وقد قررت لجنة المالية الزيادة في ضريبة السفر التي يدفعها مستخدمو شركة الطيران الاسرائيلية (المعالم) من ١٢٠ ليرة الى ٢٧٠ ليرة (بدل ٧٥٠ ليرة التي يدفعها مسافر اعتيادي) وكذلك ٣ بالمائة من سعر تذكرة السفر بدلا من ٢ بالمائة .

٦٠ مليون دولار

تقليص نفقات اسرائيل على السفر

بارايان - أعلن الدكتور عوشه مندوب المير في وزارة التجارة والصناعة في محاضرة حول السياسة الاقتصادية الجديدة القاهها بجامعة بارايان انه لم يتم اسبوعان بعد على اعلان تخفيض قيمة الليرة وتقليص المساعدات الحكومية فقد اصبح واضحا ان الدولة ستوفد لغزائها مبلغ ٦٠ مليون دولار من نفقات السفر وحده .

وقال ان هذا مبلغ يفوق زيادة دخل الدولة بالعملة الصعبة من اقية الاسواق على التصدير خلال العام القادم .

وأضاف المدير العام لوزارة التجارة والصناعة انه نتيجة لزيادة سعر السفر المتزايد في وزارة التجارة والصناعة تلتفت دائما الى ان المواطنين الى عدم دفع اقساء اقساء ما يصحده القانون وان يقدموا الشكاوى ضد المخالفين .

اكتشاف ٥٠ اصابة بشلل الاطفال

تطعيم حوالي ٤٥ ألف طفل في قطاع غزة

غزة - تقوم السلطات الصحية في قطاع غزة منذ ستة اسابيع بتطعيم الاولاد بالفئة اعلاهم ثلاثة اشهر ، بالصل الوافي ضد شلل الاطفال . وسيجري تطعيم ٤٥ ألف طفل في قطاع غزة حتى الآن .

وقد جرى حتى الآن تطعيم الاولاد في جنوب ووسط قطاع غزة بينما سيجري تطعيم الاولاد في المنطقة الشمالية من القطاع هذا الاسبوع . بينما سيتم نقل مدينة غزة بعد اسبوعين .

واكتشف الفريق الذي يقوم بالاداء بالصل الوافي حول ٥٠ قلا خلال الشهرين الماضيين ، اصبحت بالشلل بسبب افعال اولادهم الذين لم يواظبوا على اخذوا المطاقم التي

المعدات لتطعيمهم بالصل الوافي . ويبلغ هؤلاء الاطفال المصابون بالشلل الان في قسم الاطفال بمستشفى - الشفاء - بغزة ومستشفى - النصر - في خان يونس .

وصرح الدكتور كلين شابيت - الشؤون الصحية في قيادة قطاع غزة ان اطفال غزة الذين لم يتطعموا معرضون في فصل الشتاء لاصابة بالشلل . وتشمل عملية التطعيم كذلك اطفال مخيمات اللاجئين ولدا فان العملية تجري بالاشتراك مع وكالة غوث اللاجئين .

ويذكر ان عدد المصابين بالشلل في قطاع غزة هذا العام كبير مقارنة بما كان عليه قبل ست سنوات عندما جرى اول استئصال اول المصابين بالشلل واعقبه اول تطعيم للاطفال . ومنذ ذلك الحين كانت تنخفض النسبة السنوية للمصابين بالشلل .

مؤتمر حزب اغودات اسرائيل في امريكا

مطار بن غوريون - غتم - غادر البلاد صباح امس عضو الكنيست الطامح مناحيم بروش من حزب اغودات اسرائيل متوجها الى نيويورك في زيارة يعمل خلالها فيا على مؤتمر اغودات اسرائيل الذي سيجتمع في الولايات المتحدة .

وصرح الطامح بروش بان هذا المؤتمر سيجتمع في مسألة عما اذا كان حزب اغودات اسرائيل سينتشر في حكومة طوارئ وطنية اذا ما اقيمت في اسرائيل .

الدراسة في هذا المس

تستأنف صباح اليوم

اربعاء - من معهد تاسرية - اجتمع امس حاكم اريحا العسكري في دار البلدية برئيس واعضاء المجلس البلدي ورئيس واعضاء الفرقة التجارية واولياء امور الطلاب وبعض معهم موضوع الدراسة في مدارس المنطقة وقرر اولياء امور الطلاب ارسال اولادهم وبناتهم صباح اليوم على ان تستأنف الدراسة كالمعتاد كما تمهد من قبلين وتقيم عضو الكنيست توفيق زباد وعضو الكابينة السياسي لرايح السيد دافيد حنين .

وصرح السيد فيلن بان البعثة تنوجه الى بقراتس بغية من اللجنة المركزية للحزب الشيوعي الروماني ويذكر انه لم توجه دعوة الى الحزب الشيوعي الاسرائيلي (ماكي) . وأضاف ان المؤتمر سيستغرق حوالي ستة ايام .

يلتقي خلاله اعضاء البعثة الاسرائيلية مع شخصيات من رؤساء الحزب والدولة في رومانيا . وعقب على قرار الجمعية العامة الاخير حول قضية فلسطين فقال فيلن ان حزبه يعارض كل مشروع لا يحترم كيان وسيادة اسرائيل .

نقى عزم بلديسة القدس على فصل طلاب من مدارسهم

القدس - من اميل خزل - صرح الناطق بلسان بلدية القدس ردا على سؤال لمراسلته انه لا صحة مطلقا لا لذكرته بعض الصحف العربية في القدس بان في نية البلدية والشرطة فصل عدد كبير من الطلاب والمخالفين عن مدارسهم لاشتراكهم في المظاهرات التي جرت في الاسبوع الماضي .

وكانت مديرية المدرسة الثانوية للبنات والهيئة التدريسية فيها قد بحثوا بمذكرة احتجاج الى بلدية القدس يرفضون فيها فصل ١٥ طالبة عن المدرسة لمدة شهر لاشتراكهم في المظاهرات .

وقد جرت في المذكرة ان مثل هذا الاجراء قد يتسبب بعض القلق والاضطرابات في المدرسة التي يسودها الهدوء وانتقلت فيها الدراسة كالمعتاد .

مقتل راكب دراجة

في حادث طرق

عكا - قتل راكب دراجة دافيد نيسال (٢٥ سنة) ، من عكا ليلة السبت الماضية بعد ان صدمته سيارة اجرة يقودها احد سكان قرية الجديدة في طريق عكا - صفد .

الحكم على مخالفين لانتظمة السير

تل ابيب - غتم - حكم امس في المحكمة للمواصلات بتل ابيب على رحيم مزراحي (٣٧ سنة) من تل ابيب بدفع غرامة مقدارها ١٠٠٠ ليرة وبجرمائه من رخصة السياقة لمدة اشهر بصورة فعلية وثلاثة اشهر اخرى مع وقف التنفيذ ، بتهمة سياقة سيارة وهو في حالة سكر .

وحكم على مطلق بن عبد الجهاد حديد بدفع غرامة مقدارها ٦٠٠ ليرة وبجرمائه من رخصة السياقة لمدة اشهر بصورة فعلية ولشهرين اخرين مع وقف التنفيذ ، بتهمة سياقة سيارة بدون حذر .

طلاب مدرسة الفريز في بيت خم يستأنفون الدراسة

القدس - من اميل خزل - اجتمع امس السيد حنا ناصر رئيس بلدية بيت لحم بالوكالة مع طلاب وطالبات مدرسة الفريز في المدينة واتهمهم باستئناف الدراسة لمصلحتهم بعد ان كانوا بالتظاهر والاضراب لمدة اسبوع .

وقد وافق الطلاب على ذلك . ومن المتوقع ان تستأنف الدراسة اليوم .

ومن جهة اخرى اصدرت محكمة الصلح في القدس حكما امس على ١١ شابا اعتقلوا في الاسبوع الماضي لاشتراكهم في المظاهرات العنصرية .

وقد حكمت على عشرة منهم بغرامات مالية تتراوح بين ٧٥٠ و ١٠٠٠ ليرة واربعه اشهر سجن مع وقف التنفيذ .

وعل اعدامهم بالسجن لمدة شهر واحد وغرامة ١٠٠ ليرة ونصف سنة سجن ايضا مع وقف التنفيذ .

ايروناشدا تقدر انشاء علاقات دبلوماسية مع اسرائيل

تلن - علم هنا ان حكومة ايرلندا قررت اقامة علاقات دبلوماسية مع اسرائيل .

وقد بحثت القضايا المتعلقة بالعلاقات الدبلوماسية بين الدولتين في دبلن في الاسبوع الماضي بين وزير خارجية ايرلندا الدكتور فيتر جيوارد وبين السفير الاسرائيلي في لندن السيد غصون رافائيل .

وصرح السيد رافائيل بعد عمله للقائه ان انشاء العلاقات بشكل في الواقع جعل العلاقات بين الدولتين تسير في مجراها الطبيعي اذ انه سبق لايرلندا ان اعترفت باسرائيل منذ زمن بعيد .

الاعتراف بمنظمة التحرير

شجع الشهية للقتل ونوايا اقامة اسرائيل

تل ابيب - صدرت عن المؤتمر الدولي الثالث لمنظمة دني بريه ، والذي اختتم في تل ابيب سلسلة من القرارات كان احدها ان الاعتراف بالمنظمة الدولية لمنظمة التحرير شجع الشهية للقتل ونوايا اقامة الدولة

استياء من قاتلون الخدمات السياحية

القدس - اعربت ادارة اقتصاد اصحاب الفنادق في نهاية الاسبوع الماضي عن استيائها امام اعضاء اللجنة الاقتصادية التابعة للكنيست ، من قانون الضمانات السياحية المتعلقة بالخدمة في الفنادق .

ويعلق الاستياء بالصلحيات التي اتخذتها وزارة السياحة حول موضوع حماية الفنادق وتدريبها وتحديد ادنى راتب حد للاسراع فيها .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

واضاف ان هذا الموضوع قد تمثله في اجتماعات اللجنة الاقتصادية في تل ابيب .

قانون التنظيم والبناء لسنة ١٩٦٥

منطقة تنظيم محلية «ههر كاز»

تلن بهذا وفقا لكتيب ٨٩ من قانون التنظيم والبناء ، ١٩٦٥ .

وتلن بهذا وفقا لكتيب ٨٩ من قانون التنظيم والبناء ، ١٩٦٥ .

وتلن بهذا وفقا لكتيب ٨٩ من قانون التنظيم والبناء ، ١٩٦٥ .

وتلن بهذا وفقا لكتيب ٨٩ من قانون التنظيم والبناء ، ١٩٦٥ .

رخصة حركة حقوق المواطن

ايها المواطن الكريم

يتسلى المواطنون في حقوقهم امام القانون ، كذلك امام المؤسسات الحكومية والشعبية في الدولة . وفي حالة شعورك بوجود بيروقراطية تعيق بالاجراء الاداري للدولة ، او ان هناك من يتجاهل القانون ، او ينتهك من حقوقك الكلمة كموطن ، يمكنك التوجه اليها حالا .

دوائر تلقي شكاوى الجمهور المتوفرة لاجلك :
تل ابيب - شارع هلسينكي ١٩ - تالون ٢٧٦٦٠٤ - ٢٧/٢٥٣٥٨٥ - يوم الاثنين ١٠-٣٠ - ١٥٣٠٠ - يوم الجمعة ٨٣٢٠ - ١٣٠٠٠ .

دالية الكرم - يوم الاربعاء والسبت - بين الساعات السادسة والثامنة مساء .
جت (للشك) - ايام الاحد والاربعاء - ٨٠٠٠ - ١٢٠٠٠ - وايام الجمعة والسبت بين الساعات ٨٠٠٠ - ١٢٣٠٠ - ١٤٣٠٠ .

اذا كنت ترغب في استلام معلومات اضافية عن الحركة - بلا القسيمة المرفقة وابحث بها اليها .

حضره حركة حقوق المواطن - شارع هلسينكي ١٩ - تل ابيب
اود استلام معلومات عن الحركة -
الاسم الكامل
المنوان الكامل

قانون التخطيط والبناء لسنة ١٩٦٥

منطقة تخطيط محلية همر كاز

تلن بهذا وفقا لكتيب ٨٩ من قانون التخطيط والبناء ، ١٩٦٥ .

وتلن بهذا وفقا لكتيب ٨٩ من قانون التخطيط والبناء ، ١٩٦٥ .

وتلن بهذا وفقا لكتيب ٨٩ من قانون التخطيط والبناء ، ١٩٦٥ .

وتلن بهذا وفقا لكتيب ٨٩ من قانون التخطيط والبناء ، ١٩٦٥ .

وتلن بهذا وفقا لكتيب ٨٩ من قانون التخطيط والبناء ، ١٩٦٥ .

كلمة

قص علينا احديكم المواقف في وزارة معينة قصة ليتنا نتعلم منها ، قال :
 في احد ايام الاسبوع الماضي عقدنا اجتماعا هاما طال عدة ساعات ، واثنا استراحة قصيرة خرجت لشراء رغيف فلما طلعت الرغيف ولما اعطاني اياه بائع الفلافل اعطته ليرتبني . تطلع الي وقال : ثمن الرغيف ليرتان ونصف ! قلت له ان الدواين المختصة اقرب سيرا معددا للفلافل هو ليرتان فقط . لكنه اصر على ان ادفع له نصف ليرة . وحيث انني كنت قد اتيت على ربع الرغيف فلم استطع ان اعطيه له . ولكنني طلبت منه ايصالا ببلغ ليرتين ونصف . ثم دفعت نصف الليرة وتوجهت في الحال الى المكتب وطلبت من السكرتيرة ان تقدم في الحال شكوى ضد بائع الفلافل . بعد ايام قليلة بلغني انه قد تم للمحاكمة ودفع غرامة ٥٠٠ ليرة !
 ثم اضاف الموظف الكبير :
 «انت تعلم كم تساوي نصف

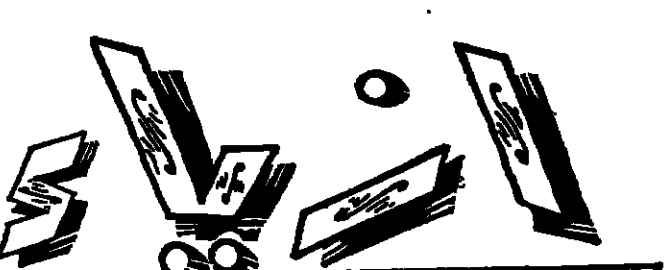
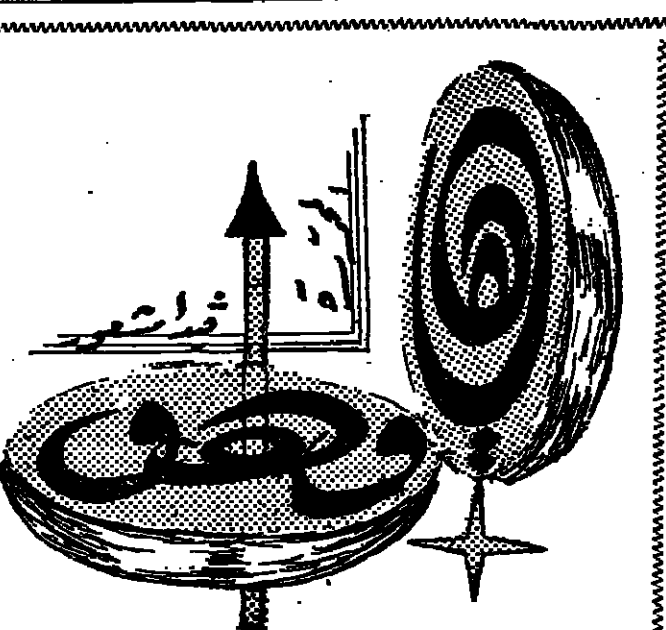
ليرة بالنسبة لي .. ولكنها تساوي الكثير بالنسبة للكثيرين غري الذين يقعون في شرك بائع الفلافل هذا وامثاله ورايت من واجبي ان اقدم شكوى ضده !»
 عزيزي القاري ، لم اجد قصة ادوع من هذه اسردها لك ، انت الذي تعيش واقعا مؤلا ، في قريتك او في مدينتك ، يفرسه عليك اصحاب البقالات ولا شك انك تذكر اننا قد تطرقنا الى هذا الموضوع منذ مدة ، وقبل موجة الفساد الاخيرة .
 اذن ، هل تستطيع ان تصبر اكثر ؟
 هل تسمح لك ميزانيتك ان يتخلى بائع جنح بعض النقود منها ؟
 وهل تسمح لك كرامتك ان يفشك انسان ؟
 اذن ، دافع عن حقك ! قدم شكوى ضد من يحاول ان يسرقك ، ولا تسلق عليه ، فانت احري بالشفقة !
 فالاسعار مغلدة ، والقانون واضح ، وقد سن من اجلك انت !
 خيدا

طفلك الثاني متى يصل ؟

كثيرا ما يصادف الام الصغيرة حيرة بعد ولادة طفلها الاول وحينها انتاج طفل ثان . فبعد كم سنة يمكن ان تنجب طفلا الثاني ..
 بعد سنة .. سنتين .. ثلاثة .. اكثر ام اقل .. وما هو الفرق السن المناسب بين الصغار . احث كتاب للدكتور الانكليزي بريان سيث والذي اختاره له عنوان : متى تنجب طفلك الثاني يؤكد فيه ان هناك اكثر من وجهة نظر في هذا الموضوع .
 هناك راي يقول ان عامين بين الطفل الاول والثاني يكفيان كي يتجنب كل طفل باهتمام امه في السنوات الاولى من حياته تلك السنوات العجوة بالنسبة للطفل حيث يقبب له ان يستمتع بها وحده ولا يشتركه احد هذه الفترة .
 راي اخر يقول ان فارق السن بين الاطفال امر ضروري لكي يتسنى للام ان تهتم لطفلا كل ما يحتاجه من اهتمام ورعاية وحتى يمكن للطفل ان يطمح ، اخ له في عمر السنتين يكون الطفل غير مرتين وليس من السهل توفيقه على الاشياء وعمر السنتين ونصف السنة يكون بحاجة الى حب غير عادي ورعاية واهتمام كبيرين من قبل الام والاب مما قد لا توفره سنوات يكون اكثر قدرة على التعامل والتشاور والتعاون مع الآخرين ويستطيع ان يتفهم مع من حوله اما في سن الاربعة سنوات فتزداد ثقته بنفسه ويقدرة على ايجاد الآخرين بما في ذلك اخيه الاصغر ، ويتقبل في هذه السن وجود شريك له في سعادة ورضا .
 على ان الدكتور سيث يرى ان فارق خمس سنوات بين الطفلين قد يهزم الطفل الاول سعادة فضاه وحده فترة طويلة .. حتى خلاها باهتمام كل من حوله دون مشاركة من احد .. ولها فنتيجة ياتي اخوه الثاني بقل بعيدا عنه وربما يظهر له بعض مشاعر الكراهية وحتى اذا تغيرت لمشاعر في الكبر فليس من السهل ان يصيبا اصدقاء بينما الوضع يختلف تماما اذا كان الطفل الاكبر بينا .. ولا يصح هناك اية مشكلة .. لان الفتاة بطبيعتها سوف تحاول ان ام ثانية للطفل الصغير ويسعدان ان تساعد امها في العناية باخيها الصغير .
 اما فارق السن الاول من الستين .. فقد يقرب بين الشقيقين في اللعب وفي اللعب .. ويؤازر التعاون بينهما والصداقة اكثر .. وايضا يقلل من اعتمادهما على الكبار .. ولكن هذا القارق قد يثير حوله مشاكل الفيرة .. وخاصة وان ظل العليلين ليس من السهل اقتناعه باي شيء .. على ان فيرة الطفل من الممكن توجيهها الى الطوبى والمناخات السليمة .. وذلك لو احسن الوالدان فهمهما

مظهر الشخص .. مرآة النفس

ان اهتمام الانسان بشكله الخارجى شيء مهم جدا بالنسبة للشخص .. لان اشياء عديدة ترتبط بعضها ببعض .. فالانسان يجد ذاته حين ينظر الى نفسه في المرآة وهو غير راض عن حالته سواء كان تقيلا او سميئا .. فهذه التفرقة الاولى تشكل كيتا في قسرة النفس .. وتنتج في العقل الاواعي .. لتجلب الاعصاب متوترة بدون علم من صاحبه وتتاتي لال باخرة ويصبح الشخص عصبى المزاج لا يتحمل انه .. الاشياء ..
 ولكن حين ينظر في المرآة الى نفسه في الصباح وهو راض عن حالته ومنظره العام .. تنتشر نفسه في قراره وتغير ويشعر بسعادة تنبع من هذه النظرة الاولى في انعكاس لتعود مظهر الوجه بشفرة مشرقة وسعادة لا شعورية ..
 لا يرضيه شيء اكثر من ذاته حوافه ان الانسان لذلك نجدها يبحث عن الافضل والاحسن للوصول الى اوضاعه لانه .. فحين ان الانسان طويل القامة غير راض عن طوله وقصر قامته غير راض بقمرة .. ولحين غير راض بوزنه والتخفيف غير راض بكتفه .. وكانه يبحث دائما عن حلقة مغلقة في نفسه ..
 فالتعاليم يأسره اليوم وراء كل جديد وحديث لايجاد حلول وطرق لهلالمور المعلقة .. فحين ان المختبرات العالية والاور الكيرة في اوربوا جعلت كل اهتمامها وكبريت كل وقتها للوصول الى اليد النتائج تفشيا مع تطور العصر ووعتت شروط وناسي لهذه المباحث ..
 بسكوت سافواي
 المقادير :
 ٤ بيضات
 ٢ كوب طحين
 ٥ ملائق سكر
 معلقة فانيليا
 الطريقة :
 ١- يخفق البيض جيدا ثم يضاف اليه السكر ويخفق حتى يصبح لثخين



تعود الكتاب الى مسرح الموضة وتمتعت بالصدارة في مجموعة جميع دور الازياء تقريبا تلاظ مصحوبة بجناح عال يغطي الساق حتى الركبة مما يعطي المجموعة طابعاً سلافيا خاصاً

همسات لجمالك

١- الانساعة الجميلة تعطي مزجا من الإشراق على الوجه لذلك اهتمي باستعمال احمر الشاه الجليل اللون لكي تعطي اشجاعتك وجهك ..



طفلك المريض ماذا تفعلين ؟

غذاء الطفل المريض يتوقف على امرين مهمين .. نوع المرض .. ونوعية الدواء .. فالطفل المريض له في فترة المرض مزاج خاص ومختلف .. فهو يكره انواعا من الاغذية كان يفضلها قبل مرضه .. لذلك يجب مراعاة الحالة النفسية الطارية التي يمر بها الطفل أثناء مرضه .. ومن الاغذية المستحبة لدى الطفل المريض ، مرقة اللحم والحلوم اذا غليت بولا قسم فرمت فرما ناعما بعد ذلك او فطمت لاجزاء صغيرة .. ولحين من اهم الاغذية كافي عند الاطفال للمصابين ببعض الفيروسات .. ويعطي اللبن مخفف بلبا مع اضافة قليل من الملح .. وعندما يشقى الطفل من مرضه مباشرة تظهر علامات الشفاء بعودة شهية الاطفال للاكل وفي هذه الفترة يستحسن تقديم اطعمة مختلفة يوميا كالسكك والسلوق والكبة واللحم للبروم التام التمتع على نار هادئة ..
 - اما الاطفال الذين يصادون بمرض اعراضها التي ، لست فيجب اعطائهم مزيد من السوائل كاللبن والعصير والواكه مع تحليتها دائما بالسكر .. ويفضل استشارة الطبيب في حالة لست بالاسهال ما حتى لا يصاب الطفل بالجفاف في الجلد ..
 وتقديم الطعام للاطفال المرضى يجب ان يكون في مواعيد منتظمة يفرها الطبيب للمريض ولا يمنع اياها باطفال الطفل المريض من نومه كي يتناول طعامه فانهم كالمثل عيون له في كاهن ضد مرضى ويافق الطفل لال لا تقل عليه الا الام الجاهلة



المقالات

للقيلات او للشهيات هي طواد التي اعتاد الناس على تناولها بقصد الفارة الشهية للطعام وحث النفس على تقبل الفداء ..
 وقد تمارف العرب على تسمية هذه القيلات بالابازير اما القريون فيطلقون اسم وابزيتف على الشروب الروحية اللقية وقد مشتت هذه الكلمة من كلمة ايرير بمعنى الفتح ..
 والواقع ان الشهية الى الطعام ليست بحاجة الى فتح لان الاحساس بالجوع احساس اصلي في الجسم تحركه الفريزة الطبيعية كلما شعر الجسم بحاجة الى - وقود - يطفه له حركته واستمراره . وما دام الدم يحصل على حاجته من هذه الوقود فان مركز الحس بالجوع في الدماغ يقل حاجا لكن ما ان تسهلك الحجرات ما حواء الدم من غلا ، ويقلع الدم هذا الفداء حتى يتحرك مركز الحس للذكور ويحرك معه الاعصاب فتمدية . فاذا بالانسان يشعر بحاجة الى الفداء وهذا ما يسمى بالاحساس بالجوع .. فالرغبة بالطعام اذن هي رغبة طبيعية تملها غريزة حفظ الحياة ، ولا حجة بها الى ما يفحصها ذو شعرا ، اما اعتياد الكثر على تناوله من مشروبات عادية وكحولية وتبع زاد في اختلال القاييس الطبيعية في الجسم ، فالتيغ مثلا يتسبب في التيكوتين والاسيد سيانيدريك والبريك وحامض الفم التي تنخر الكبد والانسان والكبد هو مصفاة الدم فاذا تاكل الكبد من اداء مهمته كان من نتائج ذلك فقدان الشهية الى الطعام ..
 اما القوة والشاي فانها يشكلا طبقة كيميائية على جدار المعدة فتعزل دون الاغذية او العصارات الهاضمة مما ينجم عنه بطء الهضم وباتالي فقدان الشهية للطعام وينطبق هذا المصطلح على الشروب الروحية والواكه الهاضمة والخلطة التي تجلس فيها للطعام ..



غذاؤك المنوع يصنع جمالك

هل تعرفين ان الفواكه ذات اللحم الاصفر مثل المشمش واللانجو والبرقوق الاصفر وغيرها تمد الجسم بقدر كبير من فيتامين - ب - وتشاركها ذات اللون الداكن مثل البازيلا والخضراء والفاصوليا والبطاطا والجزر اذ تحتوي على كمية هائلة من فيتامين - ا - وللمعلوماتك ايضا ان فيتامين - ا - ضروري للانسجة التي تغطي الجسم وتبطنه وتساعد على مقاومة العدوى بالامراض كما انه يلعب دورا كبيرا في تجديد العين على الرؤيا في الظلام .
 منتجات الحبوب تعتبر مصادر غذائية لطاقة لكننا رخيصة الشئ وهي تمد الجسم بكميات طيبة من البروتين .
 المسسل الاسود يمد الجسم بكمية كبيرة من الكلسيوم والحديد .
 تتميز مرحلة المراهقة عند الاولاد من سن ١٣-١٩ بسرعة ازدياد في الوزن والطول مما يؤدي الى الجوع والتعب بسرعة لكثرة قيامهم بالرياضة العنيفة

الحمد

١٩ آذار - ٢٠٠٤

الثور

١٩ آذار - ٢٠٠٤

الجوزاء

١٩ آذار - ٢٠٠٤

السرطان

١٩ آذار - ٢٠٠٤

الأسد

١٩ آذار - ٢٠٠٤

المذرة

١٩ آذار - ٢٠٠٤

الميزان

١٩ آذار - ٢٠٠٤

العقرب

١٩ آذار - ٢٠٠٤

القوس

١٩ آذار - ٢٠٠٤

الجدي

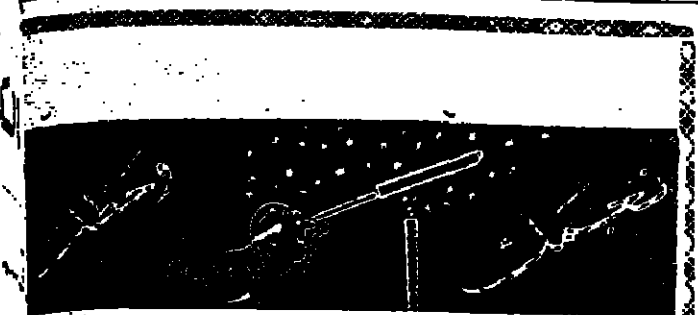
١٩ آذار - ٢٠٠٤

الدلو

١٩ آذار - ٢٠٠٤

الحوت

١٩ آذار - ٢٠٠٤



لا تتخذ اية اجراءات خاصة على الاسبوع - اذا كانت لديك مشاكل مادية فراجع الاشخاص الذين اوتهم النقود - لا تتنازل او تتراجع ابدى الامور التي تتعلق بكرامتك وبفكرتك وبسلطتك - ولكن كن هذا دون ان تترك النتان للشرع وسرعة القضي

لا تياس بالرغم من علم حزنك على ما حاربت من اجله بعدا وشيئا فبقارة الجولة لا تبقي خسارتك المركة كلها - لا تدع الاقوة تسير على تصرفاتك واقلواك واحول ان تستعمل اللين والانسجام احيانا وبهذه الطريقة سيؤيد عند اصحابك والامر هام جدا لك

لا تجرى وراء الشكوات البسيطة فهي تعبك وتحرملك - اما بخصوص اعمالك فالادور ليست على ما يرام وذلك نتيجة لتسربك وانفاسك في الشدائد - اهتم جيدا بصحتك جيد اولم تشعر بانك دخلت خلا جديا فصل الشتاء ؟

تأكد تماما .. لا احد يحسد راسك غيرك - فكف عن الخلق بل احدا سيأتي فجأة ويقلع ما يحسد عليك انت ان تظلم - ثم ان اقول وتسلك بالانشاء والفتنة ولا بد ان تتحقق اصدالك - طوبى ان اقول بالتامرين الرياضية والنفس

التقوى هي امر عام - بل يجب جدا ولكنها ليست اساس النجاح تحاول ان تستعملها اكثر من حيث لا يجب ان تستعملها - تستعملها من اجل تحقيق اهدافك من الجهة الاخرى اذا استمرت على هذه الحالة من البسرة سيؤيد به الامر الى اوضح النتائج

بعض المصادر التي انهكت ميزانيتك تنهي هذا الاسبوع بشكر فطاني ، وهذا الامر يحسن احوالنا المادية ويحصل توجه مصادرك المالية الى مبادون وحول ضرورية - احذر قديمة تتحقق هذه الايام ، واجبك اجتماعية تسبب لك التصرفات

انت تبحث عن مشروع تثبت فيه مقدراتك وموهبتك ولا تجه ، فاعلم ان ان القدرات والموهبة يمكن اظهارها في اي مشروع وفي اي تصرف - حيوتك وتشارك وتكامل كل المجهودات بك وتتل ذلك تاملهم وودهم واحترامهم

انت حثاك اذك تسطيع مقاربة كل القنوط وحيدا ولكنك مخطئ تماما وتقدر نفسك بذلك - احذر الاسداء ، يقترح مساعدته وان لم توفقه على حقيقة اوضاعك فانتا ستسخر كثيرا - فرص كثيرة فارغ كيف تستغلها

الفترة القادمة هي فترة صعبة ومعقدة ولكنها بدون شك - فترة جيدة ومثمرة - انت تعلم ذلك ولكنك لم تقف بعد على الاحكام التي تكلمت بك هذه الفترة ، واحذر من كل ذلك يجب عليك ان ترفع التسويات على كافة ايام الاسبوع

انت على باب مقبرة عاقبة جازلة والتصف واخيرا قارب منك اكثر من قتل - لا تدع الامر يتفاقم حتى على افضل ما يرام - بالنسبة الاولاد - لا تتنازل عن حقوقك ابدا ولكن يلقح وحسن تصرف - احذر

الادور تسير في الاتجاه اللام لك وبالرغم من ان الرياح تسير على ما ترغب الا انها ستجول في وستجني ثمارا ولفة - لا تتوان في اتخاذ اجراءات معينة للوصول الى مرادك - احذر ان تدع القرض يثقل في العمل والحياة المعاشية

الختيار في موقف يجلب لك السوء والتم - لادع التصرفات الناعمة على قلب شخص ما تعظمه فان رايك تقه عرق مغيف - لك احذر جدا شديدا - الوقت غابر مناسب لطلب درجة عمل او علاوة في الرتب - احذر الى الزمعة ما استعنت

هكذا من الأصل

